ROK IX
Nr. 15—16.

10 Sierpnia 1935 r.

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 1 zł.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

O skłonności do biegunek.

Często słyszy się narzekania matek: „dlaczego moje dziecko tak często choruje“, albo „moje dziecko tak często zapada na katar i zapalenie oskrzeli — pomimo to, że chronię je od przeziębień“ — „a moje znowu stale ma złe stolce — byle co zje i zaraz ma biegunkę, — starszemu dawałam przecież to samo w tym wieku“ i t. p., i t. p.

Pytania takie spotyka się na każdym kroku — i są one wyrazem pewnej bezradności matki wobec niezrozumiałych zjawisk. Matka rozpoczyna wobec tego wędrówkę od jednej sąsiadki do drugiej, — później od jednego lekarza do drugiego, w końcu, w tej walce o własne dziecko, zdobywa pewien zasób doświadczenia osobistego: zaczyna przynajmniej w pewnej części rozumieć, co dziecku szkodzi i czem mu może pomóc.

Przychodzi na świat następne dziecko — i cóż się okazuje? Te pokarmy, które podawała z korzyścią pierwszemu — u drugiego wywołują zaburzenia kiszkowe; próba hartowania na świeżem powietrzu — tak dobroczynna w skutkach u pierwszego dziecka, u drugiego staje się przyczyną uporczywych katarów i kaszlu i t. d.

Dlaczego tak się dzieje?

I tutaj trzeba zrozumieć jedną rzecz: niema dwojga dzieci zupełnie podobnych do siebie, prawie z każdem należy postępować odmiennie — w zależności od wrodzonych jego właściwości; dzieci bowiem przynoszą ze sobą na świat usposobienie do pewnych chorób i odwrotnie, odporność w stosunku do innych.

Dzisiaj chciałbym kilka słów napisać o t. zw. skłonności do biegunek.

Często się zdarza, że matki przychodzą do lekarza z następującą skargą: „Coś złego dzieje się z mojem dzieckiem, jest widocznie bardzo chore na brzuszek — za każdym razem jak tylko je nakarmię, albo nawet w czasie karmienia, zaraz oddaje płynny albo półpłynny stolec, pozatem ma często odbijania, wzdęcia, jest niespokojne i t. d.“ Skargi takie tyczą się b. często niemowląt w pierwszym kwartale życia i to karmionych piersią. Niedomagania te mają jednak przebieg dosyć łagodny i zawsze przemijają bez szkody dla niemowlęcia. Zależą one od pewnej wrodzonej wrażliwości przewodu pokarmowego i zjawianie się ich nie może być nigdy powodem do odstawienia dziecka od piersi. Do groźnych powikłań prawie nigdy nie dochodzi.

Dzieci, skłonne do różnego rodzaju wykwitów skórnych, pod po-

stacią bądź to dobrze znanego ognipióru, bądź też różnych wysypek swędzących, mają również często wyraźną skłonność do występowania wodnistych albo śluzowych stolców. Skłonność ta z wiekiem maleje.

Nieraz również matki narzekają, że ich dziecko nie znosi mleka krowiego. Zaznacza się to w ten sposób, że po mleku dziecko miewa jakoby biegunkę, wymioty, wzdęcia i t. d. Obawa taka jest przeważnie nieuzasadniona, gdyż nieznoszenie mleka u nas naprawdę należy do rzadkości, a objawy wyżej wymienione raczej zależą od innych przyczyn. Musimy pamiętać, że mleko krowie w wieku niemowlęcym (mowa tu o niemowlętach pozbawionych piersi) jest pokarmem trudnym do zastąpienia, a zbyt pochopne usunięcie go z odżywiania może prowadzić do wyniszczenia, które jest tem niebezpieczniejsze, im niemowlę jest młodsze. Nieprzekraczanie 500 — 600 gr. mleka na dobę nawet u dzieci w pierwszym roku życia i podanie go w odpowiedni sposób chroni naogół dziecko przed objawami rzekomego „nieznoszenia mleka".

Jesteśmy w pełni upalnego lata — nie zapominajmy więc — o skłonności niemowląt do biegunek w porze letniej! Jakże często się zdarza widzieć dzieci pozostające po całych dniach w źle przewietrzanych mieszkaniach, ubrane zbyt ciepło, pozbawione dostatecznej ilości chłodnych płynów i kąpieli.

U dzieci takich bardzo łatwo występuje t. zw. przegrzanie — które przyczynia się nieraz do występowania ciężkich biegunek. O ile trudno jest te sprawy leczyć, o tyle łatwo jest ich uniknąć przez odpowiednie postępowanie z dzieckiem, a mianowicie przez unikanie przegrzewania i przekarmiania dzieci w okresie upałów. Trzeba tylko o tem wiedzieć.

Na zakończenie chciałbym zauważyć — że dobrzeby było, gdyby każda matka starała się, przez ciągłą obserwację, dokładnie poznać naturę swego dziecka i jego skłonności do pewnych chorób. Uniknęłaby wtedy łatwo całego szeregu „spodziewanych niespodzianek" i osiągnęła przez to spokój wewnętrzny, tak niezbędny dla dobrego prowadzenia dziecka.

I jeszcze jedno: niema takiej skłonności — której chociażby do pewnego stopnia nie możnaby wyrównać przez umiejętne postępowanie. A więc nie rozpaczajmy.

Dr. Bol. Górnicki.

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Jak zapobiec drapaniu się dziecka?



Drapanie się dziecka, np. z powodu pokrzywki nietylko nasila chorobę, lecz może spowodować zakażenie.



Niemowlęciu można włożyć sztywne rękawki z fiszbinkami, sznurowane, względnie zrobione ze starych męskich sztywnych mankietów lub z kartonu.



Można też przywiązać rączki do łóżka miękkim bandażem.



Gdy dziecko drapie się mniej, (np. tylko po twarzy), wystarczy włożyć mu rękawice lub owinąć dłonie chusteczką i zawiązać tasiemką.

Zapobieganie pokrzywkom.



W każdym razie trzeba często obcinać dziecku paznokcie nożyczkami.



Nadmiar (ponad 500—600 gr. dziennie) mleka, jaj, rosoły oraz niektóre pokarmy (czasami poziomki, raki) mogą wywołać pokrzywki.



Ubranie dziecka winno być przewiewne. Gdy wełna (sweterek) przylega bezpośrednio do ciała, może wywołać pokrzywkę.

Ukąszenia różnych owadów mogą być przyczyną swędzenia, a nawet pokrzywki.



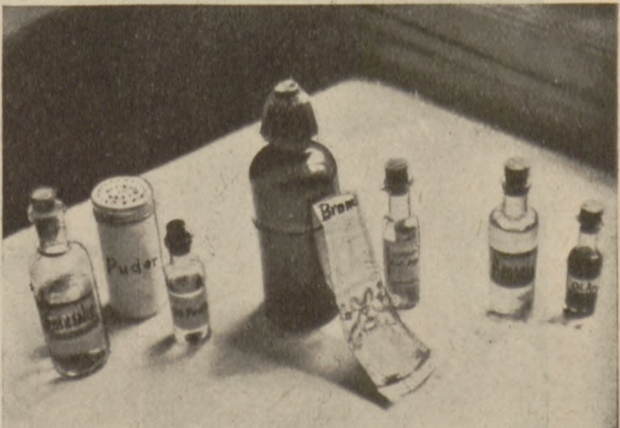
Pchły gnieżdżą się w szparach podłogi. Częste szorowanie podłóg niszczy pchły.



Należy również często wietrzyć i trzepać pościel.



Częste mycie głowy dziecka zapobiega zagnieżdżeniu się pasorzytów.



Środki przeciw swędzeniu. Skórę naciera się spirytusem salicylowym, olejkiem mentolowym lub pudruje się. Czasami konieczne jest podawanie do wewnątrz środków uspakajających (brom i t. p.). Przeciw komarom stosuje się olejki pachnące (goździkowy, anyżkowy), miejsca ukąszone smaruje się amonjakiem.

Czystość jest najlepszym środkiem do walki z pasorzytami. Dr. M. ZAKS.

Jak uchronić dzieci od udaru słonecznego i cieplnego?

W porze letniej dzieci korzystają najwięcej z dobrodziejstw słońca. Obok wpływu korzystnego może ono jednak uszkadzać organizm dziecięcy.

O ile promienie słoneczne będą działały bezpośrednio na głowę i kark, zwłaszcza nieokryte, to przy wysokiej temperaturze środowiska dojdzie do podrażnienia mózgu i do tak zwanego „udaru słonecznego".

Udar cieplny — powstaje niekoniecznie wskutek bezpośredniego działania słońca. Nawet w dnie pochmurne przy rozproszonem działaniu promieni słonecznych, ale przy dużej wilgotności powietrza i przy wysokiej temperaturze środowiska, wskutek przegrzania ciała, zwłaszcza niemowląt, może powstać „udar cieplny". Powstanie on łatwiej u dzieci ciepło ubranych, u niemowląt zawiniętych w poduszki i chustki.

W skutkach udar słoneczny i udar cieplny jest ten sam, a zwiastunami zbliżającej się katastrofy będą: wyczerpanie, bóle i zawroty głowy, mroczki przed oczyma, zmniejszone pocenie, podniesienie ciepłoty ciała (nawet do 40°). U niemowląt udar cieplny wpływa na powstanie biegunek.

Jak więc chronić dzieci przed udarem słonecznym i cieplnym?

1. Ubranie.

W porze wielkich upałów należy dzieci ubierać w tkaniny i obuwie lekkie, dobrze wentylujące się, o barwach jasnych. Najbardziej wskazany jest kolor biały i niebieski, gdyż pochłaniają one bardzo mało ciepła.

Ubranie musi być luźne — nie może przylegać ściśle do skóry i musi posiadać dekolty. Jeśli chodzi o rodzaj tkaniny, to najlepsze są z bawełny i lnu, gdyż parowanie przez nie jest najłatwiejsze.

Kąpiele słoneczne częściowe lub całkowite należy przeprowadzać ostrożnie, stopniowo odkrywając coraz większe obszary skóry, czas również należy odpowiednio stopniować. Wszelkie oparzenia, wywołane przez słońce, są dla niemowląt ciężką chorobą.

Głowę należy chronić kapeluszami z dostatecznie dużem rondem, ze słomki, trawy lub płótna, gdyż mózg jest bardzo wrażliwy na przegrzewanie.

Niemowlęta nie powinny być w

okresie upałów, przykrywane ciepłemi kołderkami, więzione w poduszkach, zawijane w chustki; powinny leżeć na materacykach z włosia lub trawy morskiej, przykryte lekką płócienną narzutką lub bardzo lekkim kocem.

2. *Utrzymanie czystości.*

Skórę należy utrzymywać w idealnej czystości, gdyż zamknięcie porów skórnych przez brud, łój i pot, będzie utrudniało jej wentylację, a ułatwi przegrzanie.

Częste kąpiele, całkowite czy częściowe, obmywanie całego ciała, zwłaszcza w letniej wodzie z mydłem, są w porze upałów bardzo wskazane. Zimne, raptowne kąpiele w chwili przegrzania są szkodliwe.

3. *Picie wody.*

W porze upałów organizm dziecięcy traci dużo wody, przeto dowóz jej musi być wzmożony. Najbardziej wskazanemi są napoje o ciepłocie niezbyt niskiej i niezbyt mocno słodzone. Stąd najbardziej wskazane jest picie lekkiej herbaty lub limonjady, słabo słodzonych.

4. *Miejsce odpoczynku.*

W okresie upałów nie należy trzymać dzieci w słońcu, w miejscach osłoniętych od wiatrów, lecz w półcieniu — pod osłoną drzew lub parasola na otwartej przestrzeni wentylowanej wiatrem.

Niemowlęta w dni upalne, w południowej porze powinny być zatrzymane w mieszkaniach, dobrze przewietrzanych, jednak odpowiednio zacienionych. Chodzi tu o godziny od 11-ej do 14-ej.

5. *Wysiłki fizyczne.*

Bieganie, gry w piłkę, jazda na rowerze i t. p. zabawy, które wymagają wielkiego wysiłku fizycznego, a przez to wpływają na wytworzenie się ciepła, powinny być w czasie upałów ograniczone.

Jeśli ktoś uległ t. zw. porażeniu cieplnemu, czy słonecznemu, to przedewszystkiem należy go usunąć z miejsca działania gorąca i umieścić w przewiewnem chłodnem miejscu. Należy mu podać zimne napoje, rozluźnić ubranie, na głowę i serce stosować zimne kompresy.

W cięższych przypadkach konieczna jest pomoc fachowa.

Dr. K. Ereciński.

W czasie lata możesz przyczynić się do propagandy naszego pisma.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Dlaczego latem dajemy dzieciom mniejsze ilości jedzenia?

1. Czy w lecie potrzeba dziecku tyle samo pożywienia, co i w zimie?

Nie. Porcja jedzenia, która w okresie zimy jest wystarczająca dla danego dziecka, w lecie będzie zbyt duża.

2. Dlaczego?

Bo w czasie zimowych miesięcy temperatura otoczenia jest niska i ustrój potrzebuje więcej ciepła, które czerpie ze spożywanych pokarmów. W lecie ze względu na upały zapotrzebowanie to jest znacznie mniejsze.

3. O jakie dzieci nam najwięcej chodzi?

O niemowlęta, przytem najwięcej o niemowlęta żywione sztucznie.

4. Czy przekarmianie bardzo ujemnie odbija się na zdrowiu dziecka?

Tak. Pod wpływem przekarmiania dziecko może chorować na zaburzenia żołądkowo - jelitowe, niekiedy nawet bardzo ciężkie.

5. W jakiej porze roku przekarmianie jest bardziej niebezpieczne: zimą czy latem?

Latem.

6. Dlaczego?

W lecie pod wpływem gorąca osłabia się normalna sprawność narządu trawienia. W tych warunkach przekarmianie może wyrządzić więcej szkody, wywołując biegunkę.

7. Czy są jeszcze i jakieś inne przyczyny?

Tak. W okresie letnich, upalnych miesięcy może niemowlęciu naraz zagrażać wiele szkodliwych czynników (przegrzewanie, nieodpowiedni skład pożywienia, niedostateczna pielęgnacja i t. p.). Dołączające się do nich przekarmianie jest wtedy bardziej niebezpieczne niż zimą.

8. Czy i pod względem składu pożywienie winno się różnić w zależności od pory roku?

Tak. W czasie zimy dajemy dziecku w pożywieniu więcej tłuszczów i białka, wytwarzających więcej ciepła, w lecie natomiast winny przeważać w diecie dziecka węglowodany (mąki, kasze, cukry) oraz jarzyny i owoce.

9. O czem nie należy zapominać?

O tem, że choć w lecie dajemy mniejsze ilości pożywienia, to jednak dziecko musi dostać więcej pić, niż zimą.

10. Z jakiego powodu?

Bo wskutek wzmożonego parowania (pocenia się) ustrój traci więcej wody.

Dr. P. Wójciak.

O stosowaniu djety jabłkowej w biegunkach letnich.

W okresie upalnych dni letnich dzieci, zwłaszcza najmłodsze, zapadają z niezmierną łatwością na zaburzenia żołądkowo-jelitowe. Biegunki letnie są często bardzo ciężkie; toteż zapobieganie i leczenie biegunek letnich jest stale tematem aktualnym.

Od paru lat posiadamy przy zwalczaniu biegunek bardzo skuteczną broń — w postaci djety jabłkowej.

Widzę już wzrok niedowierzania oraz krytycznego uśmiechu na twarzach wielu czytelniczek. „Jabłkami zwalczać biegunkę? Toż właśnie owoce w pierwszym rzędzie powodują zaburzenia żołądkowo-jelitowe? Gdyby nie obfitość owoców w okresie letnim, nie byłoby może i biegunek letnich!" — pomyśli lub powie doświadczona mamusia.

A jednak leczenie biegunek surowemi owocami, a zwłaszcza jabłkami, zostało wprowadzone do lecznictwa, a skuteczność djety jabłkowej zdobyła jej poczetne miejsce w walce z zaburzeniami żołądkowo - jelitowemi. W przypadkach bardzo ciężkich, gdzie wyczerpano już prawie wszystkie środki lecznicze, osiągano poprawę i wyleczenie za pomocą djety jabłkowej.

Leczenie biegunek owocami surowemi zostało zapoczątkowane przez medycynę ludową: w pewnych okolicach jabłka, na Pomorzu t. zw. trześnie są szeroko stosowanym ludowym środkiem w zwalczaniu biegunek.

Aczkolwiek jabłek nie kupuje się w aptece i nie wymagają one recepty lekarskiej, to jednak mogą one być zastosowane jedynie na zlecenie i z przepisu lekarza. O konieczności wprowadzenia djety jabłkowej, o sposobie, czasie i ilości stosowanych jabłek, o przejściu do pokarmu lub mieszanek zwykłych — *decyduje tylko lekarz*. Jeśli zaś mówimy o djecie jabłkowej w tem miejscu, to tylko aby ułatwić pracę lekarzowi, aby matka nie przeraziła się, gdy dostanie takie zlecenie i aby wykonała je z całym pedantyzmem.

Djetę jabłkową stosujemy nawet u dzieci najmłodszych, mniej więcej począwszy już od II-go kwartału życia. Przez dwa dni (w zależności od stanu dziecka lekarz skraca lub przedłuża ten okres) dziecko otrzymuje surową papkę jabłkową. Przygotowujemy ją z dojrzałych, kruchych, obranych ja-

błek bez pestek, przez ucieranie na szklanej tarce. Na jedno danie można podawać 100—200 gr. papki, w zależności od przepisu lekarza, 5 razy dziennie, co stanowi 500—1000 gr. masy jabłkowej na dobę, a odpowiada mniej więcej liczbie 7—20 jabłek średniej wielkości. Poza jabłkami nic innego do jedzenia dziecko w ciągu tych dwuch dni nie dostaje. Przy wzmożonem pragnieniu, zwłaszcza w dni gorące, można prócz tego podawać dziecku herbatę lub wodę.

Dzieci naogół chętnie jedzą papkę jabłkową. U niemowląt bardzo młodych, gdy napotyka się na pewien opór przy podawaniu papki jabłkowej, można stosować zupę jabłkową.

Jabłka rozcieńcza się herbatą w stosunku 1 : 1 lub 2 : 1, w zależności od tego czy zupka ma być rzadsza, czy też trochę gęściejsza. Zamiast herbaty rozcieńcza się często jabłka rozczynem sody i soli, ale decyduje o tem wszystkiem i przepisuje odpowiedni rozczyn oczywiście tylko lekarz.

Gdy zatem lekarz, zasobny we własne i innych klinicystów doświadczenie, przeznaczy choremu dziecku djetę jabłkową, *nie powinien się spotkać z oporem matki lub opiekunki. Staranne przestrzeganie przepisu lekarza w sprawie djety jabłkowej napewno przyśpieszy powrót dziecka do zdrowia.*

Dr. T. Lewenfiszowa.

Lawatywy lecznicze.

Pierwowzór lawatywy leczniczej spotykamy u ptaków. Zauważono, że ibisy przy pewnych dolegliwościach robią sobie same „lawatywę“ w ten sposób, że nabierają wody w dziób i następnie wodę tę wlewają sobie do odbytnicy.

Już w starożytności wiedziano, że odbytnica stanowi jedną z dróg, którędy można podać lekarstwo, więc lawatywę leczniczą, wprawdzie głównie u dorosłych, stosowano od dość dawna. Nas jednak najbardziej interesują lawatywy lecznicze u dzieci i niemi głównie się zajmiemy.

Przy zaparciu u niemowląt zalecamy niekiedy lawatywy czyszczące, traktując je częściowo jako lecznicze. Nie o te jednak nam tu chodzi.

Przez lawatywę leczniczą rozumiemy bowiem lawatywę, w której podajemy lekarstwo, mające wywrzeć swój wpływ leczniczy bądź miejscowo na schorzałą błonę śluzową jelita grubego, bądź też zadziałać leczniczo na cały ustrój.

W okresie miesięcy letnich często spotykamy się z t. zw. biegunkami letniemi u niemowląt. W schorzeniu tem niejednokrotnie lawatywy lecznicze oddają nam wielkie usługi.

Lekarstwo użyte do lawatywy, czy to będzie roztwór azotanu srebra (lapis), czy odwar z siemienia lnianego, czy roztwór cukru gronowego, czy też fizjologiczny roztwór soli kuchennej, czy wreszcie jakiś inny lek — musi zalecić lekarz, dokładnie znający stan zdrowia chorego dziecka — mamusi zaś pacjenta pozostawimy wykonanie lawatywy leczniczej.

Jak często stosować lawatywę leczniczą i ile lekarstwa brać za każdym razem — to znowu musi zalecić lekarz, bowiem są to rzeczy zmienne i zależą ściśle od wieku i stanu zdrowia dziecka.

Wykonanie lawatywy leczniczej

musi być staranne i dokładne, przecież jest to podawanie lekarstwa.

Przed zastosowaniem właściwej lawatywy leczniczej musimy uprzednio śluzówkę jelita grubego opłókać z resztek kału, a głównie mas śluzowych, które uniedostępniają zetknięcie się leku bezpośrednio z chorą śluzówką. W tym celu robimy najpierw lawatywę spłókująco-czyszczącą. Powinna ona być zrobiona z przegotowanej, letniej wody, lub lekkiego rumianku. Nierzadko taka lawatywa spłókująca ulegnie wchłonięciu i nie wywoła wypróżnienia; w takim razie należy po upływie kilkunastu minut tę lawatywę zastosować po raz drugi, a nawet trzeci, aż do spowodowania wypróżnienia.

Lawatywę leczniczą podaje się zazwyczaj wo 10 — 15 minut po oddaniu lawatywy spłókującej. Płyn stosowany w takiej lawatywie powinien mieć ciepłotę ciała ludzkiego, to znaczy 35 st. C. Przytem podaje się ją nieco wolniej i głębiej niż w lawatywie spłókującej. Po zrobieniu lawatywy należy zamknąć odbytnicę przez zaciśnięcie pośladków conajmniej przez 3—5 minut, aby dać lekarstwu możność zadziałania.

Częstych wypróżnień w pierwszej godzinie po lawatywie leczniczej nie należy uważać za objaw pogorszenia się stanu ściany jelita grubego.

Również nie jest objawem pogorszenia się stanu śluzówki jelita grubego oddawanie po lawatywie leczniczej stolca z nitkami, lub kroplami krwi w przypadkach, gdzie krwi w stolcach dotąd nie zauważono. Jest to zupełnie zrozumiałe, bowiem schorzałe jelito grube ma zazwyczaj szereg ranek, które pokrywa śluz; skoro lekarstwo, wchodzące w skład lawatywy usunie śluz i obnaży te ranki — wówczas może z nich niekiedy broczyć nieznaczna ilość krwi, którą w stanie niezmienionym widzimy w wypróżnieniu.

Gdy zależy nam na tem, aby lekarstwo, podane w lawatywie, wchłonęło się w zupełności, jak to np. bywa w lawatywach odżywczych, które również poniekąd możemy traktować jako lecznicze, wówczas zamykamy odbytnicę również przez ucisk pośladków, tylko na dłuższy nieco okres czasu, a więc na 20—30 minut.

Serce mamusi.

Do wielkich nieraz dylematów w życiu matki należy walka pomiędzy sercem a obowiązkiem. Matka kocha dziecko, chciałaby mu nieba przychylić, a tu nagle na polecenie lekarza lub kogoś innego, trzeba temu dziecku czegoś odmówić lub naodwrót zmusić go do czegoś, czego nie chce lub nie znosiło dotąd.

A cóż dopiero mówić o dzieciach wypieszczonych, teroryzujących zaślepione w nich matki, które nieraz nie mogą oprzeć się żądaniu dziecka, choć wiedzą, że to mu może zaszkodzić.

Przypominam sobie z mej praktyki następujący przypadek. Dziecko jednego z najwybitniejszych malarzy polskich połknęło 20 koron w złocie. Ponieważ moneta utkwiła odźwierniku, postanowiono na drugi dzień wydobyć ją z żołądka operacyjnie, przyczem zalecono, by dziecko było rano naczczo. Rozpoczęliśmy rano operację. Wtem wystąpiły tak straszne wymioty, że dziecko ledwie się nie udusiło! Zainterpelowana matka odpowiedziała ze spokojem: „Tak prosił i błagał, żeby mu dać czekoladę i biszkopcik, *że nie mogłam się oprzeć*".

Dobre serce mamusi i miłość macierzyńska często godzi się na to, by dziecko poddać jakiejś przykrej operacji, zabiegowi, kazać mu leżeć spokojnie tygodniami i t. d.

Na punkcie jednak jedzenia młode matki nie mogą się oprzec prośbom dzieci i dają im wbrew poleceniu lekarzy potrawy czy przysmaki, które mogą im zaszkodzić!

Matka jest też ostatnią, która widzi jakąś wadę w dziecku, a zwłaszcza niedorozwój umysłowy. Bywa nawet tak, że matki chwalą zdolności i bystrość u dzieci, gdzie inni widzą niedorozwój umysłowy!

Jako długoletni lekarz szkolny widzę codzień ze smutkiem, jak miłość zaślepia nieraz matkę ze szkodą dla dziecka! Młode matki nie widzą i widzieć nie chcą, że ich dzieci są krzywe, źle słyszą, nie widzą, zezują, są nieznośne, złośliwe, a widzą w nich tylko cuda! W wielu wypadkach oddanie takiego dziecka w celach wychowawczych do jakiegoś zakładu jest tak dla matki jak i dla dziecka zbawiennem, pod warunkiem naturalnie, że zakład jest dobry, nowocześnie urządzony i prowadzony przez fachowe, lubiące dzieci i normalne nerwowo osoby.

Dr. A. Klęsk.

Ze skrzynki do listów.

Czy biegunki letnie są zaraźliwe?

Pani Anna N. w Chełmie.

W poprzednim artykule wspominałem już, że biegunki letnie są zaraźliwe, może to uszło Pani uwagi. Więc napiszę jeszcze o tem obszerniej.

Spotyka się jeszcze ludzi, którzy nie wierzą w zaraźliwość chorób wogóle. Tych niewiernych jest na szczęście niewiele. Ci, co nie wierzą, nie mogą zrozumieć, jak z jednego człowieka może choroba przejść na drugiego.

Na szczęście tych niewiernych Tomaszów jest coraz mniej. Mówię „na szczęście", bo jeżeli ktoś zrozumie i wierzy, że taka lub inna choroba jest zaraźliwa, to łatwiej jest uchronić zdrowe otoczenie od tej choroby, jeżeli ktoś w rodzinie na nią zapadnie. Nic zresztą dziwnego, że są jeszcze tacy, którzy nie wierzą w istnienie zarazków i zaraźliwość chorób, bo sama nauka o rozmaitych gatunkach zarazków chorobotwórczych jest nauką jeszcze dosyć młodą.

Wracając zatem do letnich biegunek, raz jeszcze podkreślam, że są one zaraźliwe, o czem należy pamiętać w letnim okresie. Pod nazwę biegunek letnich podciągam szereg chorób, zjawiających się w lecie w związku z nastaniem owoców i objawiających się zaburzeniami kiszkowo-żołądkowemi. Ściślejsze poszukiwanie zarazków, wywołujących te choroby, w wydzielinach chorego i we krwi pozwala wyodrębnić szereg jednostek chorobowych, jak: dur brzuszny, dury rzekome, krwawa dyzenterja i inne.

Ale mniejsza o te nazwy, niech lekarz bada i docieka, jaki zarazek wywołał zaburzenie kiszkowo-żołądkowe u dziecka, rodzice zaś niech tylko wiedzą, że letnie biegunki są zaraźliwe, a łatwiej będzie wówczas zapobiec tym chorobom.

Kiedy na jednej z sal szpitala dziecięcego zjawiła się epidemia biegunki letniej, to przeprowadzone badania kału u chorych dzieci wykazały obecność tego samego zarazka. Co więcej, ten sam zarazek został wykryty w przewodzie pokarmowym much, znajdujących się na sali, a nawet w kale tych much. A zatem muchy są roznosicielami zarazków chorobotwórczych. A wiemy, że mucha może znaleźć się wszędzie: na owocach, na innych spożywanych pokarmach, a równocześnie na materjałach zakaźnych.

Z tego wynika, że w okresie letnich biegunek należy dzieciom myć ręce ciepłą wodą z mydłem przed każdem jedzeniem, należy myć owoce gorącą przegotowaną wodą, należy pić tylko przegotowaną wodę jak również mleko, a dójki przed dojeniem krów powinny nietylko myć ręce, ale i wymiona krów, jak również utrzymywać w nadzwyczajnej czystości naczynia do mleka. Należy pamiętać, że od chorego dziecka zakaża się pościel, bielizna, naczynie nocne, łóżko—słowem to wszystko, z czem chore dziecko styka się.

Dr. St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

(Kłamstwo).

— ...A więc przeczytam ci to, co napisałam na temat owego nieszczęsnego kłamstwa, nad którego objawem u swego synka tak bardzo bolejesz. Posłuchaj.

— — — — — — —

— Kto stłukł wazon? Ach, Boże, kto stłukł wazon? Zosiu! — wołała matka, wbiegając do pokoju.

— Zosia stłukła wazon — odzywa się nabrzmiały łzami głosik i drobna istotka wysuwa się z kąta pokoju. Mała mówi o sobie w trzeciej osobie. Odrazu się przyznaje.

— Ach, ty szelmo jedna. To ja ci tyle razy przykazywałam, żebyś się nie bawiła przy stoliku, gdzie stoi ten wazon, a ty się tak słuchasz? Poczekaj, zaraz dostaniesz.

Za chwilę rozległ się krzyk dziewczynki, a potem szloch bolesny i pochlipywanie. Tak, zbiła ten wazon; przecież nie powie, że zbił go Janek, młodszy brat. Ale dlaczego mama taka nielitościwa! Przecież ona nieumyślnie. I nawet nie bawiła się przy tym stoliku, tylko tak się jakoś rozpędziła... Na drugi raz nie przyzna się i już.

— — — — — — —

— Dlaczego lufcik otwarty? Przecież zabroniłam go otwierać w czasie mojej nieobecności. Pewno znów Zosia była nieposłuszna. Poczekaj, dostaniesz lanie, to więcej nie otworzysz.

I znów ta sama historja. Zosia krzyczy, nawet tupie nogami, bo nauczyła się już złości przy tych laniach. Co się tyczy lufcika, to wprawdzie pamiętała o zakazie mamy, ale — właściwie — poco ten zakaz? Ona, Zosia, nie rozumie mamy. Nigdy nie widziała, żeby co wypadło lufcikiem...

— Niemądra jestem, myśli Zosia, trzeba było powiedzieć, że to przecież sama mama zapomniała zamknąć. Mama, wychodząc, kilka razy wracała się, to brała różne przedmioty do rąk, to kładła je

zpowrotem. Była widocznie zamyślona. Na drugi raz Zosia będzie uważała, czy nie da się czem zasłonić, „wymigać!“, jak powiada Edek z przeciwka.

— — — — — — —

— Mamo, dostałam bilecik od koleżanki Jadzi. Pyta, czy mama pozwoliłaby mi iść dzisiaj do nich, bo mają bilety do teatru na ładną sztukę dla młodzieży. Mama Jadzi bardzo zaprasza i odprowadzi mnie do samej bramy.

— — — — — — —

Ten bilecik nie był pisany przez Jadzię, ale... przez samą Zosię. Zosia nauczyła się „radzić sobie“. Musiała się spotkać z koleżankami i z Edziem z przeciwka, a mama nie pozwoliłaby. Wydało się wszystko. Tym razem matka siedziała w milczeniu z załamanemi rękami.

— — — — — — —

Przez cały czas uczęszczania do gimnazjum Zosia była znana z kłamstwa i z oszukaństw. Ile razy z nią rozmawiałam, zawsze kończyłam żartobliwie: „Ale kurzy ci cię za plecami!“ Razu pewnego opowiadała mi szczegółowo, jak wyglądają ulice w Estonji, gdzie była z wycieczką. Później dowiedziałam się, że na wycieczce nie była i że całe sprawozdanie wymyśliła. Zapytana przeze mnie, dlaczego tak postępuje, zaczerwieniła się, milczała chwilę, wkońcu rzekła:

— Ja czego nie widzę, to niech chociaż powiem.

— — — — — — —

Tak. Dzięki tej dewizie dowiedziały się od pełnej fantazji, ale jednocześnie nie mającej skrupułów Zosi, że latała samolotem do Azji, a jako dowód pokazywała fotosy i różne drobiazgi z tamtych stron. Że nie ona była w Azji, lecz jej ojciec, i że nie samolotem, lecz koleją — to mniejsza.

— — — — — — —

Teraz Zosia jest dorosłą dwudziestsstoletnią panną. Często rozmowę naszą przerywa zdanie, wyrzeczone trochę drżącym głosem: To prawda jest, Cióciu, co teraz mówię; to jest naprawdę prawda.

— — — — — — —

— Tak, moja droga. Przeczytałam ci o mojej siostrzeniczce — niestety — prawdę. A dlaczego przeczytałam? Pomyśl o twem postępowaniu ze Stasiem. Zastanów się, gdyż smutna to sprawa wychować człowieka, który, gdy co mówi, musi zapewniać, że — to „naprawdę prawda“.

Marja J.

Porady wychowawcze.

IV.

Z kolei zajmiemy się dzieckiem nerwowem, u którego przeważa nadpobudliwość psycho-ruchowa. Dzieci, należących do tego typu, charakteryzuje nadmiar reakcyj psychoruchowych. Wciąż wykonywują oni różne ruchy, przeważnie niecelowe, a często nawet wręcz szkodliwe. Omawiana kategorja dzieci nie może przez dłuższą chwilę spokojnie się zachowywać. Ich nadmiar energji psychoruchowej uzewnętrznia się zwykle w ten sposób, że stale poruszają nogami, bądź manipulują rękoma. Gdy nie dotykają się jakiegoś przedmiotu, to wykręcają sobie palce, gryzą wargi, dłubią w nosie i t. p.

Omawiany rodzaj nadpobudliwości stanowi często podłoże samodręczenia dziecka. Nierzadko obserwujemy, jak nerwowy dzieciak aż do krwi obgryza paznokcie, rozdrapuje rany.

Zaznaczyć należy, że nie zawsze te czynności są uświadomione. Dziecko często nie zdaje sobie sprawy ze swojej ruchliwości i nawet za złe ma starszym, że się gniewają na niego i stale zwracają uwagę: siedź spokojnie, nie wierć się na krześle, nie dotykaj się wszystkich przedmiotów na stole i t. p.

Ten typ młodocianych charakteryzują również wzmożone odruchy: np. przy najmniejszym swędzeniu oni zaraz się drapią. Często nie zdając sobie nawet z tego sprawy. Również wszystkim intensywniejszym wzruszeniom towarzyszą silne reakcje psychoruochowe. Np., gdy dziecko się gniewa, to zgrzyta zębami, zaciska pięści, zagryza wargi. Gdy się cieszy — klaszcze w dłonie, głośno się śmieje, podskakuje. Stan emocjonalny wyładowuje się w różnych odruchach. Interesujący nas obecnie typ nie umie spokojnie przeżywać, ale zawsze jego uczucia muszą znaleźć wyraz we wzmożonej gestykulacji. Dlatego to mówimy o tych dzieciach, że są bardzo nieopanowane. Ich reakcje są zbyt bezpośrednie, albowiem słowa i czyny wyprzedzają rozwagę.

Niemożność opanowania reakcyj impulsywnych wywołuje nadmierną drażliwość. Dzieciak łatwo wpada w konflikty z otoczeniem, gdyż niezdolny jest zapanować nad różnemi reakcjami ruchowemi. Np., gdy się poróżni z towarzyszem zabawy, może go mocno poturbować,

chociaż za chwilę żałuje swego postępku, zdając sobie sprawę, że postąpił niewłaściiwe.

Interesujący nas obecnie typ dziecka czuje organiczną potrzebę ruchu, w związku z czem dąży do ciągłej zmiany. — Nic go nie interesuje na dłuższą metę i dlatego wciąż zmienia swoje zajęcia i zabawy.

Wzmożona pobudliwość ruchowa w ujemny sposób odbija się na osobowości dzieci. Omawiana kategorja młodocianych z powodu zużywania na reakcje psychoruchowe nadmiernej ilości energji, szybko się wyczerpuje i dlatego obserwujemy u niej wzmożoną męczliwość.

Nadpobudliwość ruchowa pociąga za sobą różne zaburzenia uwagi. Dziecku trudno jest skupić się na jakimś przedmiocie i zająć się nim przez dłuższą chwilę.

Omawiany rodzaj nadpobudliwości idzie w parze ze złą koordynacją ruchową. U tych dzieci obserwujemy bezład w ruchach i pracy, zaburzenia aparatu hamującego, np. trudno im zapanować nad płaczem, śmiechem.

W następnych Poradach podamy wskazówki, jak należy postępować z opisanym powyżej typem dziecka nerwowego.

Stefanja Warszawska.

W Marku budzi się inteligencja zmysł spostrzegawczy.

Mały Marek kończy siódmy tydzień. Mądra mateczka nie trzyma go w puchach. Materacyk ma z włosia, wierzchnia zaś część długiego materacyka, ta, która Marka okrywa, jest ciepłym kocykiem. Gdy Marek jest na powietrzu, przykrywa się go dodatkowo lekką kapką. Mareczek przebywa stale na powietrzu. Tylko zimny wiatr, lub deszcz zmusza Mamusię do zabrania go do domu. Matka Marka nie ma zbyt wiele pokarmu. To też Marek na żądanie lekarza jest stale dokarmiany: kleikiem, mlekiem i t. p., ba nawet sokiem z pomarańczy, ulubionym przysmakiem Marka. Jada 6 razy na dobę. Przyznam się, że nie będąc lekarką nie wchodzę w te szczegóły. Cieszę się, że Marek od chwili urodzenia korzysta z „Poradni" R. T. P. D., jest pod stałym dozorem lekarza pedjatry, który go co tydzień bada, waży, udzielając Mamusi rozumnych i skutecznych rad. Interesuje mnie przedewszystkiem rozwój intelektu, duszy Marka. A że wiem, jak bardzo ten rozwój zależy od prawidłowego funkcjonowania organizmu, fizjologicznego życia Marka, dlatego pozwoliłam sobie na powyższy wstęp charakteryzujący to życie. Nie jestem ani jego matką, ani ciotką, ni babką. Nie może mie tedy nikt posądzić o stronność czy zaślepienie.

Mareczek ma duży intelingentny nosek i mądre spojrzenie.

Marek ma doprawdy mądre spojrzenie, w którem się maluje: spokój i rozwaga, myśl i inteligencja. Gdy mówię to głośno, ludzie nie mają nic lepszego do roboty jak mi zaprzeczyć, nie spokój, a bezsilność, nie rozwaga myśli, a instynkt! Odpowiem na to: ależ właśnie naturalny, *zgodny z instynktem rozwój jest mądrością, myślą, inteligencją tego wieku!*

Gdy rozpowinięty (Niech że Pan Bóg strzeże i zachowa tego, ktoby myślał, że Marka kto spowija!) to jest swobodnie bez materacyka spoczywa na dużem łóżku któregoś z Rodziców — wodzi temi mądremi oczętami dokoła, nie przenosząc zgoła spojrzenia na każdą poszczególną osobę z grona tych, którzy mu się przyglądają.

Dziecko w tym wieku ujmuje rzeczy i obrazy in toto, strukturalnie, całostkowo. Zespół wielu wrażeń składa się na dany obraz. Widać, że czuje się swojsko, że tryb jego życia i obrazy postrzegane bądź wzrokiem, słuchem, smakiem, węchem, czy dotykiem stają się dlań bardziej powszedniemi, że, jakby się zdawa-

ło, myśl jego pracuje w celu głębszego wniknięcia w postrzegane obrazy i zdarzenia.

Przytem czyni już próby gaworzenia z otoczeniem i uśmiecha się doń. (Wyjątkowo wcześnie). Dla niego te wszystkie tak bliskie, a tak mu nieznane jeszcze postacie są czemś jednem, czemś łączącem się z poczuciem swobody na tej wielkiej przestrzeni jaką jest łóżko mamusi, czy też z poczuciem ciepła i miłego dotknięcia matczynej dłoni zaopatrzonej w czasie kąpieli w coś miękkiego (bo ja wiem: gąbkę, czy gałganek).

Jest w tem spejrzeniu ufność bezgraniczna, pewność, że nic mu nie grozi, wybiega to spojrzenie gdzieś w dal jakgdyby maleństwo pragnęło przeniknąć mroczną być może przyszłość. Ale jest również w niem spokój i oddanie się tymczasowo temu swemu losowi. Ani cienia pośpiechu, bezładu, obawy, czy lęku nieuzasadnionego, ani odrobiny narwanej lub bezmyślnej swawoli, cechującej starsze często „zdeprawowane" dzieci.

Mały Marek jest bardzo szczęśliwy. Matka, Ojciec, Ciotka żyją tylko myślą o nim, to znaczy, że w chwilach, gdy Marek ich potrzebuje są przy nim, wiedzą co mu dolega, skłonni są wnet wszelkim brakom zaradzić, śpieszą mu z pomocą, darzą ciepłem, mlekiem, czystą pieluszką czy koszulką i t. p.

O szczęśliwy Mareczku! Jakimże wybrankiem losu jesteś! Jeden na tysiące ma to, czem ty oddychasz, co spożywasz i co wchłaniasz. Jeden na tysiące ma to otoczenie: zdrowe, spokojne, miłujące cię i tobie oddane. Jeden na tysiące ma czyste, zdrowe powietrze, kąpiel codziennie, stały dozór lekarski, pierś matczyną i wciąż czystą bielizenkę. Ty jeden na miljon masz rodziców ideowych, przeniknętych myślą budzącą ich do czynu, do realizacji najszczytniejszych haseł.

W tej atmosferze myśli i czynu los ci pozwolił wzrastać Marku. W takiej i *tylko w takiej atmosferze zbudzi się w tobie myśl twórcza,* inteligencja czynna, umiłowanie życia pełnego, wolnego, prawdziwie ideowego. Budź się wciąż Marku do tego życia, bo poza niem wierz mi, jest tylko chaos i martwota.

Dr. C. Bańkowska.

„Państwo obrażalscy".

2. Postępowanie wychowawcze.

Mówiąc o pewnych typach dzieci, które się obrażają, stwierdziliśmy, że należy się niemi specjalnie zaopiekować. Ponieważ są to typy dzieci przeważnie przewrażliwionych, postępowanie z niemi nie jest naogół łatwe.

Przedewszystkiem należy takie dziecko, poddać dokładnej obserwacji, następnie wykryć jego specjalną słabość, wrażliwość lub życiowe niedobory. Potem dopiero można będzie rozpocząć specjalną duchową kurację. Dzięki też obserwacji, lub po poddaniu dziecka specjalnym próbom należy wyszukać najmocniejsze jego strony i przez podkreślanie i wzmacnianie ich oraz wartościowszych właściwości i cech dziecka, należy dojść do pomniejszenia znaczenia jego niedoborów życiowych. Podobnie, jak szewc nie obrazi się, jeśli mu ktoś zarzuci, że nie jest dobrym stolarzem, czy zegarmistrzem, bo, szewc wie, że w swojej dziedzinie jest dobrym specjalistą, tak samo należy wpoić w dziecko myśl, że jeżeli osiąga przewagę w pewnych dziedzinach, to nie musi jej mieć wszędzie.

Wracając do konkretnego przypadku, do poprzednio opisanego dziecka Mańka, po stwierdzeniu jego niedoborów życiowych — braku siły fizycznej, (nie mógł szybko przybiec po kask), brak uwagi i marną orjentację w terenie (nie odrazu pojmował hasła do rozpoczynania zabaw), należało wyszukać jego „mocne atuty", atuty życiowe. Maniek był zawsze bardzo czysto ubrany i najmniej się brudził z całej gromadki swoich towarzyszy. Wychowawczyni wykorzystała ten fakt.

Razu pewnego zapowiedziała dzieciom, że od następnego dnia urządza konkurs czystości. Według wskazań dzieci będzie codziennie przez cały miesiąc zapisywała, kto z pośród nich jest najczyściejszy. Będzie notowała kolejno czystość: ubrania, koszuli, rąk, paznokci, szyi i uszu.

Ponieważ kontrola, dzieci, a dodajmy, że bardzo surowa, codziennie stwierdzała u Mańka całkowitą czystość, dostarczała mu więc tak dużo przyjemności, że zaczął się czuć dużo lepiej i stał się już mniej wrażliwy na różne przejawy współżycia z kolegami. Nabrał większej

pewności siebie, a oczy straciły ten swój poprzedni wyraz przygnębienia.

A teraz inny przykład.

Podczas zabawy w ogródku wychowawczyni urządza wyścigi bieżne. Dzieci z zapałem ustawiają się na wyznaczonem miejscu. Po chwili, na dany znak, puszczają się pędem do mety. Wszystkie są rozradowane z wyjątkiem jednego, Janka. Janek jest kaleką. Kuleje. Nie może biegać. Nie może brać udziału w zabawie na równi z innemi dziećmi. Uświadamia sobie odrazu swoje kalectwo. Czuje się upośledzony, pokrzywdzony przez los. Ogarnia go więc smutek. Usuwa się z drogi bawiących i stara się niejako zniknąć im z oczu. Pozostawiony sobie, ulega przygnębieniu i głębokiemu żalowi. Na szczęście dostrzega go wychowaczyni. Przywołuje wszystkie dzieci i proponuje inną zabawę: najwytrwalsze skakanie na jednej nodze.

— Kto się do tej zabawy zgłasza? — pyta dzieci.

— Ja! ja — woła za innymi Janek z rozbłysłemi z radości oczami, wyskakuje z ukrycia. I staje do zawodów.

Rzeczywiście Janek odnosi zwycięstwo. Zasłużone zwycięstwo. Przez jedną chwilę nie żałuje swego kalectwa. Dzięki niemu bowiem wyćwiczył się tak dobrze w skakaniu na swojej zdrowej nodze, chcąc zaoszczędzić wysiłku — chorej. Przez tę krótką chwilę triumfu nie czuje swego upośledzenia, nie musi wszystkiego zadrościć rówieśnikom. Czuje, że ostatecznie nie jest mu jeszcze tak źle na świecie, skoro może w czemś prześcignąć, przewyższyć innych.

Przytoczone tu przykłady wskazują, jak należy kierować dziećmi, żeby nietylko nie powiększać wrodzonego i przez porównanie z rówieśnikami pogłębianego poczucia upośledzenia, lecz je pomniejszać i tuszować. Powyższe przykłady wskazują, również, że w najtrudniejszych nawet przypadkach należy i można sobie jakoś radzić z trudnem zadaniem wyszukiwania owych mocnych stron swoistych upośledzonego dziecka. Jeżeli dziecko jest upośledzone pod względem ruchliwości po przebytej chorobie (krzywicy), a ma np. ładny lub tylko miły głos, należy tę jego osobistą właściwość mocno podkreślać i dążyć do tego, aby się wskutek niej czuło raczej wywyższone.

Gruntowanie w dziecku jakiejś jednej chociażby strony mocniejszej ma doniosłe znaczenie w jego życiu. Daje mu mocną podstawę, na której może się pewnie oprzeć. Mając zaś tę pewną podstawę, dziecko nie będzie się czuło, jak osaczone zwierzę, na które zewsząd czyha niebezpieczeństwo. Nie będzie miało owej specyficznej wrażliwości, która każe się wszędzie doszukiwać stosunku uchybiającego jego godności. Takie dziecko nie będzie się obrażało, bo będzie czuło swoją wewnętrzną wartość.

Stefanja Lewartowicz.

Pochwała.

Nie doceniamy zazwyczaj pochwały jako środka wychowawczego. Wiele matek wierzy, że pochwała psuje dziecko, czyniąc je zarozumiałem, że dziecko chwalone przestaje dążyć do robienia się coraz lepszem, gdyż wierzy w swą doskonałość. Inni znowuż poprostu uważają za stosowne wtedy dopiero odezwać się do dziecka, gdy ono coś zbroi, gdy zasługuje na upomnienie. Gdy jest grzeczne, matka rada wcale nie zwracać na nie uwagi, niech ma sobie milczenie za pochwałę.

Prawda, że przesadne wychwalanie dziecka, rozpowiadania przy niem o jego rzekomo nadzwyczajnym sprycie, rozumie, zręczności czy dobroci wszystkim, kto tylko ma cierpliwość słuchać, że przytaczanie nawet jego złośliwych wybryków, jako coś specjalnie interesującego może, a nawet musi źle wpłynąć na charakter, ale nie wynika stąd, że wogóle każda pochwała jest niepotrzebna, albo nawet szkodliwa i że godzi się dopuścić do tego, by dzieciak nie słyszał nigdy nic innego od otoczenia, jak zrzędzenia czy upomnienia.

A ten właśnie przerost nagany w wychowaniu trafia się częściej, niżby się zdawało. Dopóki dziecko nic złego nie robi — to jakby go nie było, gdy zaczyna zagrażać porządkowi domowemu w jaki bądź sposób — *zmuszeni* są rodzice głos zabrać, oczywiście głos karcący, surowy. Cóż z tego wynika? Rzecz wprost nie do wiary, ale tak często trafiało mi się to stwierdzić, gdy zyskałam sobie poufne zwierzenia dziecka, że niesposób na to nie wskazać: bardzo wiele dzieci wzrasta w głębokiem przekonaniu, że rodzice ich nie kochają, tak że gdy o tej rodzicielskiej miłości napomknęłam w rozmowie z dzieckiem, i to w istocie z bardzo kochanem przez rodziców dzieckiem, ono z najszczerszem zdumieniem zaprzeczało:

— Tatuś — (mamusia) mnie kocha?! Ależ nie, nie kocha, bo ja się tatusiowi nie podobam.

Dziecko uważa to za normalne zresztą, nie za stan wyjątkowy; a gdy się da przekonać, że było w błędzie, jest szczęśliwe i rozrzewnione.

A czy to dobrze, że dziecko nie dostrzega rodzicielskiego do siebie przywiązania? Stanowczo — nie! Boć i jego serce wyziębia się w tej atmosferze wiecznego niezadowolenia, a ono właśnie w domu rodzinnym powinno uczyć się kochać i szanować ludzi.

Przytem jak ciągłe zachwyty psują dziecko rzeczywiście, osłabiając w niem pęd ku doskonaleniu się, tak i wieczne niezadowolenie często przygnębia, odbiera wiarę w siebie, budzi złe uczucia: urazy, niechęci, buntu, wrogiego nastawienia wobec swych wychowańców, lub przeciwnie, monotonność wiecznego zrzędzenia sprawia, że dziecko nic sobie z tego nie robi, nie słyszy jakby i zmusza do coraz gwałtowniejszych form nagany, przechodzącej już w kary i represje.

Najlepszym więc środkiem wychowawczym będzie poprostu sprawiedliwość. Dziecko, dajmy na to wykazało dobrą wolę, postarało się usłużyć matce. Niema tu podstawy do przesadnych zachwytów, jakgdyby podając koszyk czy popielniczkę dokonało niezwykłego czynu, wystarczy słówko uznania, jak za spełniony obowiązek. Ale również, gdyby dziecko nawet zasłużyło na napomnienie, możemy, gdy to coś ważniejszego, skarcić je nawet srogo, ale zawsze szukając zaraz pretekstu do pochwały. Przykład najlepiej to wyjaśni: starszy braciszek skrzywdził młodsze dziecko: Ganimy to, nawet dosyć jaskrawo przedstawiając szpetotę tego czynu. Ale zaraz dodamy: — Mnie to nawet zadziwia, bo przecież ty nie zawsze bywałeś taki i wiem nawet, że ty siostrzyczkę kochasz. Czy pamiętasz, jak jej dałeś rodzenek z ciastka?

Oto chodzi, że owo ziarno gorczyczne pochwały zaraz po naganie, nie daje obudzić się wielu złym uczuciom, które powstać mogły u dziecka wobec surowego napomnienia, nie da mu uwierzyć, że ono jest złem, stale złem, podkreślając jednocześnie wyjątkowość i szpetotę złego czynu. Dziecko przyjmie i uzna sprawiedliwość nagany, bo nie zechce odrzucić miłej sobie pochwały.

Tylko stałe zwracanie uwagi zarówno na dobre jak i na złe postępki, ciągła ich ocena sprawiedliwa, wyrobi w dziecku właściwą reakcję na swoje złe i dobre popędy, da mu podstawy do odróżnienia złego i dobrego, a także głęboką wiarę w niezawodność sprawiedliwego sądu ro-

dzicom, a to przecie są sprawy wielkiej wagi. Chodzi więc przedewszystkiem o wyrzeczenie się przez wychowawców wygodnego lenistwa, które kryje się tak często pod pozorami jakiejś idei, chodzi o czynne obcowanie codzienne matki z dzieckiem, obcowanie polegające nietylko na obsłudze jego potrzeb fizycznych, żywieniu, ogrzaniu, umyciu i t. p., ale i o podawanie z samej siebie tych najcenniejszych walorów, jakie matka zdołała sobie zdobyć w życiu, o podawanie ich dziecku z taką samą gorliwą troskliwością, z jaką mu się podawało pierś do głodnych usteczek, gdy było niemowlęciem.

Prawda, że obecne warunki życiowe, które tak często zmuszają i kobietę — matkę do pracy zarobkowej, pochłaniającej jej czas, a zwłaszcza energję duchową, utrudniają tę właśnie pracę nad dzieckiem, ale tem nie mniej na tej jedynej drodze dojść można do rezultatów, ułatwiających i upraszczających współżycie z własnemi dziećmi. Jeżeli nie zdołamy w pierwszem dzieciństwie zdobyć sobie zrozumienia dziecka, duchowej z niem bliskości i jego głębokiej wiary w siebie, dalsze wychowanie, dalsze życie z dzieckiem stanie się coraz cięższem, a często — widzimy to w wielu rodzinach — zgoła niemożliwem. Rodzice i podrastające dzieci żyją pod jednym dachem, ale już tu o żadnem wychowaniu mowy nie ma, ci ludzie są sobie obcy do dna, często prawie wrogie wytwarzają się stosunki, czasem wzajemna tolerancja, niekiedy zręczne wyzyskiwanie podpatrzonych słabych stron.

Aby uniknąć tego opłakanego stanu rzeczy, warto zdobyć się bohaterskim nawet wysiłkiem na położenie w czasie pierwszego dzieciństwa podwalin współżycia z duszą dziecka, opartego na szacunku i zaufaniu.

M. Benisławska.

Dziecko upośledzone.

Przed kilku laty mieszkałam w domu pewnych państwa, którzy mieli niedorozwiniętego syna. Chłopak ten był przedmiotem ciągłej i głębokiej troski rodziców. Nastręczał niesłychane trudności wychowawcze, którym nie umieli podołać. Norbert, dobry z natury, chętny do usług, wierny i prawdomówny, zachowywał się jednak w sposób budzący zarazem odrazę, litość i śmiech otoczenia. Nieszczęśliwa matka wielokrotnie radziła się mnie co począć z biednem dzieckiem. Rozumiałyśmy obie, że potrzebny mu jest wysiłek fizyczny, który skiełznałby nieco wybujały temperament chłopca. Z drugiej strony w biednym upośledzonym umyśle Norberta świtały niekiedy błyski in-

teligencji, które należało rozniecić.

Rozumiałam, że chłopak odpowiednio kierowany może o tyle rozwinąłby się, że po paru latach celowego wychowania mógłby wejść w społeczeństwo ludzi normalnych, jeżeli nie jako jednostka produktywna, to w każdym razie jako nieuciążliwa. Ale gdzie i jak znaleźć odpowiednich wychowawców i zbawienną atmosferę. Bo dom rodzinny stanowczo ujemnie wpływał na biedne dziecko. Rodzice zrozpaczeni i bezsilni, pełni zarazem współczucia i rozgoryczenia nie umieli zająć właściwej postawy. Bądź ustępowali chłopcu w tem, w czem nie należało, bądź gniewali się o te przekroczenia, które wypływały z choroby. Nauczycielki, które przyjmowano dla Norberta, szybko się zniechęcały i nieustannie się zmieniały. Nie było nigdy nikogo, kto potrafiłby wyszukać mu jakieś ciekawe zajęcie i chłopiec często szalał z nudów.

Położenie komplikowało się o tyle, że Norbert miał siostrzyczkę, piękne i zdolne dziecko. Był zazdrosny, widząc jak rodzice ją faworyzują. Ci ostatni zaś, odnajdując w dziewczynce rekompensatę utraconych w synu nadziei, nie umieli ukryć wobec niego uczuć dla córki. Z drugiej strony dziewczynka przebywając w towarzystwie nienormalnego brata stawała się nerwowa i przeczulona.

Wszyscy rozumieli, że właściwie należałoby Norberta odseparować, ale gdzie znaleźć należytą opiekę poza domem. Rodzice nadaremnie szukali jakiegoś wyjścia z tej sytuacji i nikt z otoczenia nie umiał im dopomóc, ani poradzić.

Potem zmieniłam mieszkanie i straciłam Norberta z oczu. Ale znów go sobie przypomniałam, gdy przed kilku tygodniami zwiedzałam zakład wychowaczo - leczniczy d-ra J. T. pod Warszawą. Zakład przeznaczony jest dla dzieci upośledzonych, niedorozwiniętych umysłowo, wyrzuconych przez los poza nawias społeczeństwa dzieci normalnych. Żadna matka, która ma piękne i zdrowe potomstwo nie może zrozumieć, jakiem błogosławieństwem jest dla dzieci upośledzonych przebywanie w zakładzie specjalnym, a dla ich rodziców świadomość, że są one w dobrych rękach. Zakład d-ra J. T. mieści się w pałacyku otoczonym pięknym, starym parkiem. W pałacu parku znajdują się urządzenia, mające służyć dla nauki, uzdrowienia i rozrywki dzieci.

Warsztat stolarski, jazda na rowerze, gra w ping - ponga i tenisa, łódkowanie na wspaniałym stawie otoczonym płaczącemi wierzbami i gimnastyka służą do zahartowania fizycznego i należytego wyładowania nadmiaru energji. W pięknym, wielkim jasnym hall'u, który spełnia rolę bawialni, znajdują się drabinki gimnastyczne, stół ping-pongowy, małe stoliki z ilustrowanemi pismami chętnie oglądanemi przez dzieci. Jest też tam tablica, na któ-

rej dzieci zapisują samorzutnie swe wrażenia. W sali jadalnej jest radjo. Jeden z wychowanków zakładu ma jedyną namiętność — muzykę. Zna on napamięć program radjowy i potrafi godzinami stać przed głośnikiem z laseczką w ręce i dyrygować niewidzialną orkiesrtą. Kto wie co roi się wtedy w biednym, chorym mózgu.

Dzieci w zakładzie nietylko się bawią, lecz także się uczą. W miarę możności, stosownie do poziomu inteligencji, uzdolnienia, rozwoju uczą się czytać, pisać, rachować, poznawać życie ludzi i przyrody. A wszystko odbywa się pod kierunkiem wyspecjalizowanych nauczycieli - wychowawców. Lecz najbardziej uderzył mnie przy zwiedzaniu zakładu stosunek doktorów, nauczycieli, wychowawców i służby do wychowanków zakładu.

Nie byli oni dla nikogo przykrym ciężarem, jak to się zdarza w niektórych rodzicielskich domach, ani objektem przesadzonej, przeczulonej litości.

Dzieci w zakładzie są otoczone opieką i miłością i nikt nie daje im odczuć ich upośledzenia.

Nie są narażone na szyderstwa innych, normalnych dzieci ani na wzgardę otoczenia. Jeżeli dziecku upośledzonemu może gdzie być dobrze, jeżeli umiejętna opieka lekarska i wychowawcza może w niektórych wypadkach mieć wpływ wybitnie dodatni, to sądzę, że to wszystko daje zakład w Grotach. I myślałam sobie, że gdyby matka Norberta wiedziała o jego istnieniu, zarówno ona, jak i chłopak uniknęliby wielu przykrości.

Mag. Czesława Wasermilówna.

Zapomniałam...

Pomimo najuważniejszego pakowania, układania zawczasu spisu niezbędnych na wakacjach rzeczy, przez niedopatrzenie zostawia się niejedno i jeśli potem może nie zgrzytanie zębów, to często wielka niewygoda. Wzięło się np. nową suknię, spód, ale pasek od niej, ten jeden jedyny, najodpowiedniejszy, taki śliczny, został w mieście w jakiejś szufladzie. Czasem bywa i gorzej. Pamiętam, zabrałam niegdyś spódniczkę dla Ewuni, bluzka zaś została w Warszawie i to od grubej sukienki wełnianej, nieodzownej wprost na chłodniejsze dni nad morzem. Napisałam do Warszawy i ktoś mi ją ze znajomych potem osobiście dostawił. „Zamało wzięłam lekkich sukienk" spostrzeże się niejedna z Was, drogie Czytelniczki, „szczególniej przydałby się dla mnie codzienny szlafroczek„ który został w ostatniej chwili sromotnie wzgardzony, a do leżaka jedyny, bo się nie gniecie wcale. I obchodzi się kuracjuszka bez owego szlafroka.

Pamiętam w Zakopanem w pen-

sjonacie. Zajmowałam przy stole miejsce obok starszego pana. Parę dni nie było go przy obiedzie. Pytam się żony. Mówi, że mąż czuje się źle, a zabrakło mu stale używanego leku. Za parę dni dopiero przyjedzie z Krakowa znajoma, to mu przywiezie. Tak, w dalszym ciągu korzystamy z „okazji", a jest przecież Instytucja, co mówię, Ministerstwo całe, którego zadaniem w najdogodniejszy dla nas sposób przesyłać nam wiadomości i przedmioty; tylko nie pamiętamy o tem, czy nie znamy tych manipulacyj i... dowiedzieć się o nich nie chcemy jakoś. Tak bardzo nowocześni, przypominamy pod tym względem ludzi z czasów przed dyliżansami, boczymy się wciąż jeszcze od Poczty, jej przesyłek, telegramów. Mówię o przeciętnej publiczności, szczególnie niewiastach, nie o ludziach handlu, urzędnikach i t. p. Niejeden radby przesłać komu bliskiemu numer czy parę czasopism z artykułem ciekawym dla niego, by móc wymienić listy na ten temat. Ale zaraz myśl: „Pewnie to sporo kosztuje!" paraliżuje czyn. Wierutne kłamstwo!—opłaty pocztowe są bardzo niewielkie. Przekonać się o tem bardzo łatwo — trzeba tylko choć raz spróbować.

Przyzwyczajenie się do korzystania z urządzeń pocztowych jest sprawą bardzo ważną i pilną, szczególniej, kiedy jesteśmy z dziećmi daleko poza domem.

Słota się przeciąga, książki do czytania dla dzieci już wyczytane od deski do deski, a o grach towarzyskich nikt, wyjeżdżający nie pomyślał — nuda nieznośna w dni dżdżyste.

Chcemy kupić prezent dla kogoś na imieniny na letnisku, urządzić przedstawienie sceniczne, tego i owego brak — tak daleko do Warszawy — niepodobna grać. Dlaczego?

Trzeba się pocztą skomunikować z Warszawą i za parę dni wszystko będzie na miejscu.

Chcielibyśmy wyjaśnić sobie i dziatwie zwyczaje spotykanego wciąż owada, rośliny — cóż kiedy książek odpowiednich niema, a Warszawa tak daleko? Zapomnieliśmy u siebie w domu, w szafie czy na półce, czy trzebaby je dopiero kupić. A później już nie będzie chęci i okazji do rozszerzania dziatwie wiadomości w danej materji. A szkoda. Czemu szkoda? Trzeba napisać do członków rodziny, pozostałych w Warszawie czy do księgarni — niech prześlą pocztą — to tak nie drogo.

Korzystajmy z urzędów pocztowych!

Józefa Gażyńska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Półtorzyckiej.* Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

2. *Matce Jędrusia.* To samo.

3. *Pani St. Sapińskiej.* Waga córeczki, która liczy w tej chwili 2 lata, jest bardzo duża (norma 12.200). Ponieważ nie podaje Pani jej wzrostu, trudno jest nam ocenić, czy dziecko jest zbyt otyłe. Ilość mleka w jej djecie jest stanowczo za duża. Dwie małe szklanki, koło 400 gr., na dobę w zupełności wystarczą. Mleko można, rzecz prosta, podawać małej i w postaci kefiru lub zsiadłego mleka. Najlepiej będzie korzystać z kefiru dwudniowego, mleko zaś zsiadłe trzeba przygotowywać z mleka gotowanego. Mięso wystarczy dziecku dawać co drugi dzień. Musi ono być chude i zmielone. Jaja dziecku w tym wieku można dawać w potrawach.

4. *Pani S. Dudzińskiej.* Do roku córeczka Pani powinna mieć 8 siekaczy. To, że w chwili w obecnej, a więc w 6-tym miesiącu życia, mała nie ma jeszcze ząbków, jest zjawiskiem fizjologicznem i z tego powodu nie należy na nią narzekać. Do gryzienia najlepiej jej dać kółeczko kościane. Jest ono gładkie i łatwo daje się umyć. Dawanie dziecku w tym wieku do gryzienia skórek od chleba jest szkodliwe.

5. *Pani Z. Rubinowej.* Ponieważ Pani Synek ma dopiero 5 miesięcy, a jest żywiony sztucznie, nie ma Pani powodu urągać na zimne lato. Niemowlęta daleko lepiej znoszą zimne lato niż upalne. Proszę małego nie przegrzewać. Chłopak nie powinien się pocić. Spacer, z którego dziecko wraca spocone, zatraca swoją wartość.

6. *Pani H. Rogozińskiej.* Powiedzieć, co należy robić, gdy dziecko dostanie biegunki, jest rzeczą bardzo trudną, gdyż każdy poważniejszy przypadek wymaga bezpośredniej pomocy fachowej. Rady nasze mogą dotyczyć tylko okresu od chwili rozpoczęcia się choroby do przybycia lekarza. Otóż w tym czasie dziecko żywione sztucznie można wziąć na djetę klejową. Nie wolno jej jednak dawać bez wiedzy lekarza dłużej niż w przeciągu 1 najwyżej 2 dni. Środków czyszczących lepiej jest unikać. O ile biegunka jest lekka, to nawet ten krótkotrwały okres djety klejowej może naprawić sprawę. W przypadkach cięższych djeta ta bezwzględnie nie zaszkodzi.

7. *Pani R. Suszyńskiej.* Z początkiem roku szkolnego powinna Pani swego starszego synka oddać do przedszkoła. Obawy, które Pani wysuwa, wydają się nam nieuzasadnione. Młodszy synek, sądząc z opisu i fotografji wygląda na bardzo mocnego chłopca. To, że mając rok, dopiero zaczyna chodzić, nie ma większego znaczenia. Kąpać małego należy codziennie.





8. *Pani K. Mieszkowej.* Wielka szkoda, że dziecko 1-miesięczne nie może dostawać piersi. Mieszanka, którą należałoby mu zastosować, jest następująca — mleko z lekkim klejem owsianym pół na pół z dodatkim po ½ łyżeczki od herbaty cukru buraczanego i NutromaltuWandera na 100 gr. mieszanki. Może Pani mu dawać 6 razy jeść co 3 godziny. Poszczególna porcja w 2-im miesiącu życia powinna wynosić 110—130 gr. O surowych sokach z jarzyn lub owoców można pomyśleć za jakiś miesiąc.

9. *Pani N. Rauberowej.* Może Pani Swemu 11-o miesięcznemu Synkowi dawać jeść już tylko 4 razy na dobę. Porcja poszczególna powinna wynosić koło szklanki. Godziny—7, 11, 15, i 19. Między jedzeniami rzecz prosta nic do jedzenia, płyny obojętne w tym czasie może dostawaś. Śniadanie jego—mleczna herbata, kawa zbożowa, kakao owsiane z sucharkami lub bułeczką czerstwą, obiad — zupa jarzynowa lub owocowa, dość gęsta, a na drugie danie jarzyny, podwieczorek — ½ śniadania i owoce, kolacja—kasza na mleku. Zupę można słodzić jak dla dorosłych. Z kasz mały może dostawać manną, krakowską, tapiokę oraz przetarte jeczmienną i owsianą. Z owoców będzie mógł dostawać jabłka, gruszki i śliwki reine-Claude'y.

10. *Pani R. M.* Zołzy stanowią najdobrotliwszą postać gruźlicy u dzieci. Rokowanie w tych sprawach jest bardzo dobre.

11. *Pani R. Orskiej.* Sprawdzić, ile Pani maleństwo wypija pokarmu na porcję, jest bardzo łatwe przez zważenie dziecka przed i po karmieniu. Ponieważ ilości pokarmu wypijanego w przeciągu dnia podlegają pewnym wahaniom, najściślejsze wyniki można otrzymać przez wyważanie pokarmu w przeciągu całego dnia. Odstrzykiwanie pokarmu nie daje ścisłych wyników co do ilości produkowanego pokarmu. Do ustalenia ilości pokarmu przez odstrzykiwanie uciekamy się tylko wtedy, gdy nie mamy do dyspozycji wagi. Dwumiesięczne niemowlę powinno wypijać na porcję przy 6-razowem karmieniu koło 130 gr.

12. *Pani H. Hellerowej.* Czarny stolec Pani trzytygodniowego synka wskazuje na domieszkę krwi. Musi Synka Pani widzieć lekarz. Dokładniejsze instrukcje wysłaliśmy przez pocztę.

13. *Pani Z. Knapikowej.* Mechaniczne leczenie płaskiej stopy u córeczki Pani można będzie rozpocząć, gdy mała będzie już samodzielnie chodzić.

14. *Pani N. Klepackiej.* Migreny u dzieci w wieku przedszkolnym należą do rzadkości. Należy dziecko pokazać specjaliście chorób dziecięcych.

MAKATKA Z PŁÓTNA KONOPNEGO. ŁÓDKA I PTAK WYKONANE APLIKACJĄ Z ŻÓŁTEGO PŁÓTNA, PRZYSZYTEGO NA MASZYNIE. MASZT I BELKĘ PRZESTEBNOWAĆ CAŁĄ NITKĄ CIEMNO-ZIELONEJ MULINY. FALE — ŁAŃCUSZKIEM, ŁÓDKĘ — ŻYŁKĄ I ŚCIEGIEM WOLNYM MULINĄ ZIELONĄ. ZAMIAST MULINY MOŻNA UŻYĆ WEŁNY.



Piżama dziecięca.

